

**FORMATO DE RELATORÍA – TALLER DE CO- CREACIÓN CON PARTICIPANTES DE COMUNIDAD DE  
CUIDADO  
FASE DIAGNÓSTICA  
POLITICA PARA EL ENVEJECIMIENTO Y LA VEJEZ EN BOGOTÁ PPSEV 2026–2036**

Fecha: 15 enero 2026 Centro Día: Comunidad de Cuidado los Robles

Número de participantes: 48 Moderador/a: Yudy Lorena Forero Romero Relator/a: José Miguel

Acosta Galvis Localidad: Finca Irlanda Vereda Subia Norte- Silvania

**DINÁMICA LA MALETA DE LA VIDA**

Aportes y percepciones expresadas: (Registrar aquí las ideas clave, frases literales relevantes, experiencias y recuerdos significativos, cambios más importantes que han vivido los participantes)

Inicialmente, el grupo general se subdivide en cuatro grupos, organizados como mesas de trabajo, con el fin de iniciar el trabajo que se va a realizar respecto a la política pública, la cual promueve la participación.

A partir de las instrucciones relacionadas con la maleta viajera, se informa a las personas mayores que se les va a entregar una hoja y elementos de dibujo para realizar una figura de una maleta.

Seguidamente, cada uno de los grupos está apoyado por un profesional para el seguimiento de instrucciones y las acciones relacionadas con la actividad a realizar. Se identifica que las personas mayores muestran buena disposición para realizar la actividad, partir de la conversación y demás, se establecen los puntos para trabajar y se evidencia apoyo entre las personas mayores.

Una vez terminado el dibujo de la maleta, se procede a la instrucción de los tres objetos que desean llevar. En este momento, las personas mayores empiezan a interrogar acerca de qué objetos son los que pueden llevar y qué pueden dibujar; frente a ello, se realiza la claridad de que esto depende de cada persona y que pueden dibujar lo que quieran.

Durante la realización de la dinámica, las personas mayores compartieron ideas, recuerdos y percepciones relacionadas con su trayectoria de vida, resaltando experiencias significativas que han marcado su historia personal y familiar. A través de los objetos simbólicos incluidos en la maleta, expresaron aprendizajes adquiridos a lo largo del tiempo, así como valores que consideran fundamentales en su vida actual.

Más adelante, se pide a las personas mayores que anoten o dibujen tres recuerdos de la vida de cada una. En este momento, se evidencia que las personas mayores empiezan a tomar una actitud de pensamiento y evocación de recuerdos para rememorar dichas situaciones.

Durante la socialización, las personas comparten recuerdos relacionados con la familia, expresando frases como “puedo recordar”, y se encuentran anotadas situaciones y relaciones emocionales significativas, así como aspectos de la niñez e interacciones de afecto. Entre las frases literales más relevantes, algunas personas manifestaron: *“en esta maleta llevo todo lo que me ha hecho ser quien soy”, “cada objeto representa una etapa importante de mi vida”* y *“estos recuerdos me enseñaron a ser fuerte”*. Estas expresiones evidencian procesos de reconocimiento personal y resignificación de experiencias vividas.

En cuanto a los recuerdos significativos, se destacaron vivencias asociadas a la infancia, la juventud, la conformación de la familia, la crianza de los hijos y las relaciones afectivas. Asimismo, se mencionaron experiencias vinculadas al trabajo, el esfuerzo diario y el cuidado de otros, las cuales fueron identificadas como pilares de su identidad y desarrollo personal.

Respecto a los cambios más importantes vividos, las personas mayores señalaron la transición entre las distintas etapas del ciclo vital, la pérdida de seres queridos, los cambios en los roles familiares y sociales, así como la adaptación a nuevas condiciones físicas y emocionales. Estos procesos fueron reconocidos como oportunidades de aprendizaje, fortalecimiento emocional y construcción de resiliencia.

Finalmente, las personas explican la funcionalidad de los objetos que fueron tratados, así como la estrategia utilizada para elegirlos, permitiendo identificar la relación entre situaciones significativas y los elementos seleccionados. No obstante, algunas personas manifestaron la evocación de sentimientos y emociones que no son agradables, por lo cual requieren evitar anotar ciertos recuerdos. Esta decisión fue asumida como una forma de autocuidado y respeto por sus propios procesos emocionales. En general, la dinámica permitió a las personas mayores reflexionar sobre su historia de vida, valorar sus experiencias y reconocer los recursos personales que continúan llevando consigo en la etapa actual de su vida.

### **MURAL VISIÓN DE FUTURO**

Ideas y principales aportes del grupo:

Inicialmente, se realiza la **actividad visión del futuro**, en la cual se explica a las personas mayores en qué consiste la actividad. En este espacio, se les propone proyectarse y pensar cómo va a ser el futuro de la ciudad en 10 años. Para ello, se solicita que, de manera voluntaria, pasen y anoten aquello que consideran importante para la ciudad.

Durante el desarrollo de la actividad, las personas mayores comienzan a expresar diversas frases y aportes. Dentro de las frases se destacan: *“a mí me gustaría servir a la ciudad con paz y alegría”, “una ciudad en buen estado”, “una ciudad sin drogas”, “quiero ver una ciudad sin basuras” y “una ciudad bien iluminada y segura”*.

A partir de estos aportes, se evidencia que las personas mayores, dentro de los temas que tratan, hacen énfasis en la infraestructura, el mejoramiento del aspecto de la ciudad, los servicios públicos y la seguridad.

Asimismo, dentro de los servicios, refieren aspectos positivos principalmente relacionados con las redes de apoyo. Otro aspecto que relacionan de manera reiterada es la terminación de la violencia en sus diferentes manifestaciones, resaltando valores como el respeto, la paz y la armonía.

De igual manera, en los servicios manifiestan la necesidad de implementar y educar en tecnología, reconociendo su importancia para el desarrollo de la ciudad y la inclusión de la población.

## **OBSERVACIONES GENERALES DE LA JORNADA**

### **(Clima de la sesión, participación, comentarios espontáneos, aspectos logísticos o emocionales relevantes)**

Durante la jornada se evidenció un clima de sesión tranquilo, respetuoso y participativo, lo que favoreció el desarrollo adecuado de las actividades propuestas. Las personas mayores mostraron buena disposición, interés y apertura para participar, tanto de manera individual como grupal, promoviendo la escucha activa y el respeto por las opiniones de los demás.

La participación fue constante y voluntaria, con comentarios espontáneos relacionados con experiencias de vida, percepciones sobre la ciudad y reflexiones personales, lo cual enriqueció el espacio de diálogo y construcción colectiva. Se observó apoyo entre los participantes, así como colaboración en el desarrollo de las actividades, especialmente en aquellas que requerían mayor elaboración manual o reflexión.

En el aspecto emocional, la jornada permitió la evocación de recuerdos significativos, algunos asociados a emociones positivas y otros a experiencias sensibles. Frente a esto, se respetaron los tiempos y decisiones de cada persona, evidenciándose un ambiente de contención y autocuidado. Los profesionales acompañantes brindaron orientación y apoyo emocional cuando fue requerido.

Desde el punto de vista logístico, la organización del grupo en mesas de trabajo facilitó el desarrollo de las actividades y el seguimiento de instrucciones. Los materiales fueron suficientes y adecuados, y el acompañamiento profesional permitió resolver dudas de manera oportuna, garantizando el cumplimiento de los objetivos de la jornada.

En general, la jornada se desarrolló de manera satisfactoria, fortaleciendo la participación, la expresión emocional y la construcción colectiva de ideas por parte de las personas mayores.

## **CONCLUSIONES RELATORIA (MENSAJES CLAVE O RECURRENTES EN LA SESIÓN)**

- La participación de las personas mayores fue un eje central de la jornada, evidenciando interés, compromiso y disposición para el trabajo colectivo y la reflexión individual.
- Las actividades desarrolladas permitieron la evocación de recuerdos, experiencias de vida y aprendizajes significativos, los cuales fueron expresados de manera simbólica y verbal, fortaleciendo el reconocimiento de la trayectoria vital de las personas mayores.
- Se identificó de manera recurrente la importancia de valores como la paz, el respeto, la armonía y la convivencia, tanto en la vida personal como en la proyección de una ciudad más justa y segura.

- Los objetos, recuerdos y aportes realizados por las personas mayores reflejaron intereses, necesidades y expectativas relacionadas con la salud, la educación, la seguridad, el cuidado del entorno y el fortalecimiento de las redes de apoyo.
- La jornada evidenció que algunas experiencias del pasado están asociadas a emociones difíciles; sin embargo, se destacó el respeto por los procesos emocionales individuales y la importancia del autocuidado.
- La visión de futuro construida colectivamente resalta el deseo de una ciudad con mejores condiciones de vida, acceso a servicios básicos, oportunidades de educación y tecnología, y un entorno ambiental más saludable.
- En general, la sesión permitió fortalecer la expresión, la escucha, la memoria y la participación de las personas mayores, reconociéndolas como actores activos en la construcción de propuestas y visiones para el presente y el futuro.